

Lekkoatleta wykonuje rzut oszczepem z rozbiegu



kolorowanki.pl powered by  **nimatOlka**

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06125



kolorowankioli.pl

K-06125 · Wiek 5-12 lat

Lekkoatleta wykonuje rzut oszczepem z rozbiegu

Rzut oszczepem polega na wyrzuceniu długiego, lekkiego oszczepu jak najdalej. Zawodnik najpierw rozbiega się, a potem mocnym ruchem ramienia wypuszcza oszczep.

Ciekawostka

Oszczep musi wbić się w ziemię końcem grotu, żeby rzut się liczył. Dlatego ważny jest właściwy kąt wyrzutu.

Sugerowane kolory

Koszulka biała, spodenki czerwone, oszczep srebrno-żółty, bieżnia ceglasta, murawa zielona.

Wskazówka dla rodzica

Wytłumacz dziecku, że w rzucie oszczepem liczy się technika, a nie tylko siła.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie